



Recomendaciones para equipos de ELEM que trabajan con personas con demencia en situaciones de catástrofe: Pandemia COVID-19

RESUMEN

Las personas con demencia requieren, por lo general, mayor asistencia y supervisión por parte del personal de cuidado. Considerando la actual pandemia por COVID-19, y en el caso de personas con demencia, es importante contar con medidas adicionales para el cuidado de las personas y la protección de los equipos que trabajan en ELEM.

PERSONA CON DEMENCIA

1. Conocer a la persona

- **Conocer datos básicos de cada residente**, para facilitar el manejo conductual.
- Colocar, en un sitio visible para el personal, una hoja plastificada o en un sobre plástico, que contenga aspectos biográficos mínimos, rutinas e intereses de la persona.

2. Poner énfasis en medidas de protección y uso de EPP*

- **Recordatorios:** uso de imágenes y recordatorios escritos, además de los verbales.
- **Lavado de manos:** establecer horarios para ello en la rutina diaria. Apoyarse de canciones para asegurar duración adecuada.
- **Dar sentido al uso de mascarillas:** entregar otra razón para fomentar su uso, si no comprende la situación actual.
- **Otras medidas de prevención:** promover el saludo a distancia, incentivar a toser y estornudar en un pañuelo o en el codo. Rotular vasos para evitar contagios.

Si la persona no es capaz de cumplir con dicha medida, será el entorno quien deberá protegerse. Nunca lo rete o avergüence.

*EPP: elementos de protección personal (mascarillas, guantes, entre otros).

3. Prevención y abordaje de conductas desafiantes

- **Conductas desafiantes más frecuentes en este contexto:** agitación, caminar incesante, irritabilidad y ansiedad.
- La primera línea de abordaje de estas conductas es la prevención y el **manejo no farmacológico**. Consultar con el médico si se requiere el uso de un fármaco, en caso de conductas de riesgo para la persona y/o su entorno.
- **Para prevenir:** intentar descubrir la causa de la conducta: necesidad no satisfecha, causa ambiental y/o falta de atención por parte del personal de cuidado.
- **Para abordar estas conductas:**
 - Comunicarse con voz suave y tranquila, validar las emociones de la persona (independiente del contenido del discurso).
 - Entregar una instrucción a la vez.
 - Es mejor "seguir la corriente" y no intentar razonar.
 - Utilizar actividades del agrado de la persona para distraerla.
 - Intentar mantener una rutina activa.
 - Realizar modificaciones ambientales, de ser necesario.
- La **sujeción física NO es una medida adecuada** para manejar la agitación, ya que puede tener consecuencias peligrosas para la salud de la persona.

AMBIENTE

1. Ambiente físico

- **Idealmente, el ambiente debe ser:** limpio, ordenado, iluminado, tranquilo, temperado y ventilado.
- **Minimizar el acceso a la televisión** por parte de los residentes y supervisar constantemente su contenido: evitar contenidos trágicos o difíciles de comprender.
- **Música:** utilizar música alegre o relajada, según la ocasión.
- **Uso de calendario y reloj** para promover orientación.

2. Rutinas

- Crear una rutina factible de llevar a cabo actualmente:
 - **Actividades individuales:** relacionadas con los intereses personales. Los objetos utilizados serán de uso individual.
 - **Actividades grupales:** velar por la mantención de actividades de socialización, pero manteniendo distanciamiento social.
 - **Actividad física:** grupos pequeños o caminatas individuales. Mantener distanciamiento social y uso de EPP si corresponde.

3. Contacto con entorno familiar

- **Canales de comunicación:** mantener el contacto con familiares a través de llamadas, videollamadas, cartas, fotos, etc.
- **Informativos a familiares:** mantener a las familias o personas de referencia informados de las condiciones de salud de los residentes y actividades realizadas.
- **Visitas:** no se recomienda el ingreso de familiares o personas externas, pero en un caso excepcional, exigir uso de EPP y medidas de higiene.

PERSONAL DE CUIDADO

1. Cuidar la forma de comunicarse

- Dirigir la atención hacia la persona, realizar contacto visual.
- Utilizar un tono de voz suave y calmado, no demostrar miedo o preocupación. Elevar la voz sólo si presenta hipoacusia.
- Destinar tiempo para escucharla, y no apresurarla en la entrega del mensaje.

2. Autocuidado

- **Para cuidar su propia salud física y mental:** mantener una buena hidratación, respetar los horarios de alimentación, respetar las horas de sueño e incorporar pausas en la jornada.
- **Para un buen manejo de emociones:** evite respuestas impulsivas: pare, respire, piense y luego actúe.